

LOS ADOLESCENTES LAS ANFETAMINAS Y LAS DROGAS DE **SÍNTESIS**



NO TERMINES TOCADO POR LAS "PIRULAS"



Junta de
Castilla y León

LOS ADOLESCENTES LAS ANFETAMINAS Y LAS DROGAS DE SÍNTESIS



NO TERMINES TOCADO POR LAS "PIRULAS"

Edita: Junta de Castilla y León
Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades
Comisionado Regional para la Droga

Autor: Lorenzo Sánchez Pardo

Diseño: Doblehache / www.grupohh.com

Imprime:

Depósito legal:

Contenido

■ 1. Esto te interesa	4
■ 2. Cosas que debes saber acerca de las anfetaminas y las drogas de síntesis	5
■ 3. Efectos de las drogas de síntesis	9
■ 4. Consecuencias a largo plazo derivadas del consumo habitual de anfetaminas y drogas de síntesis	13
■ 5. Algunas ideas equivocadas sobre las drogas de síntesis	15
■ 6. Razones por las que algunos adolescentes consumen anfetaminas y drogas de síntesis y consejos para no hacerlo	18
■ 7. Sugerencias para mantenerte al margen de las anfetaminas y las drogas de síntesis	19
■ 8. Pautas para reducir riesgos asociados al consumo	22
■ 9. ¿Dónde puedes obtener información y ayuda?	25



1. Esto te interesa

Las anfetaminas son sustancias elaboradas en laboratorios farmacéuticos que se utilizan con fines médicos por sus efectos psicoestimulantes. Al margen de estos usos médicos, algunas personas las utilizan para mantenerse despiertas durante largos períodos de tiempo o cuando precisan realizar grandes esfuerzos. Hace unas pocas décadas las anfetaminas comenzaron a utilizarse como drogas de abuso en algunos espacios de ocio, de la mano de las denominadas como “drogas de síntesis”.

La evidencia de las gravísimas secuelas provocadas por las drogas llevó a las organizaciones dedicadas al tráfico de drogas a idear una nueva estrategia de venta orientada a captar nuevos consumidores. Para ello lanzaron al mercado una serie de drogas de origen químico, bautizadas con el sugerente nombre de “drogas de diseño”, de las que se afirmaba, con absoluta falsedad, que no resultaban nocivas para la salud.

Aunque el uso de drogas de síntesis es un fenómeno muy minoritario entre los jóvenes de Castilla y León, restringido a ciertos espacios y ambientes de ocio nocturno, estas sustancias son responsables de diversos episodios críticos o intoxicaciones, algunos con consecuencias trágicas para sus consumidores. Por ello todos, y en especial los adolescentes, debemos mantenernos alerta frente a unas sustancias que comportan graves riesgos para nuestra salud y bienestar. Un buen paso para evitar los riesgos que entraña el consumo de anfetaminas y drogas de síntesis es estar correctamente informados de sus efectos y las consecuencias derivadas de su uso.



NO ACTÚES A CIEGAS: ENTÉRATE

DETRÁS DE PASTILLAS CON ATRACTIVOS COLORES
Y DISEÑOS SE ESCONDEN SUSTANCIAS QUÍMICAS
DESCONOCIDAS QUE CAUSAN DAÑOS IMPREVISIBLES
EN EL SISTEMA NERVIOSO CENTRAL.



2. Cosas que debes saber acerca de las anfetaminas y las drogas de síntesis

¿QUÉ SON LAS ANFETAMINAS?

Son sustancias producidas en laboratorios, que provocan fuertes efectos estimulantes sobre el Sistema Nervioso Central, mucho más prolongados y potentes que los de la cocaína.

Las formas habituales de presentación de las anfetaminas son en pastillas, cápsulas y en polvo, de colores y texturas diferentes. Estas sustancias se absorben fácilmente a través del aparato digestivo o por vía intravenosa, pudiendo también ser esnifadas, si bien la vía habitual de consumo es la oral.

Una de las anfetaminas más utilizada como droga de abuso es la metanfetamina (sulfato de anfetamina), conocida popularmente como "speed", que habitualmente se presenta en forma de polvo y se consume por inhalación y que tienen efectos muy potentes. Existe una variante fumada de la metanfetamina, conocida como ice o cristal.

¿CÓMO ACTÚAN EN EL ORGANISMO?

Tras su consumo por vía oral, se absorben por el aparato digestivo y se distribuyen por todo el organismo, penetrando rápidamente en el Sistema Nervioso Central. Sus efectos suelen tener una duración de entre 6 y 12 horas (en el caso de la metanfetamina pueden llegar a las 24 horas).



La acción de las anfetaminas varía entre individuos y según las circunstancias de consumo. Los efectos psicológicos más comunes que aparecen tras su consumo son: sensación de euforia que se manifiesta con excitación nerviosa, insomnio, locuacidad, en ocasiones agresividad, ausencia de apetito y de fatiga, hiperactividad e incremento de los niveles de atención y concentración. A nivel físico los síntomas suelen ser sed, sudoración, taquicardia, aumento de la tensión arterial, náuseas, malestar, dolor de cabeza y vértigos.

¿QUÉ SON LAS DROGAS DE SÍNTESIS?

Bajo esta denominación se incluyen una serie de sustancias obtenidas por síntesis química realizada en laboratorios clandestinos. En algunos casos, como ocurre con el MDMA o éxtasis, se trata de productos farmacéuticos sintetizados para el tratamiento de ciertas enfermedades, que posteriormente fueron abandonados por los efectos secundarios que causaban en los pacientes o por la aparición de fármacos más eficaces o seguros. En otros casos son nuevas drogas obtenidas modificando la estructura de sustancias químicas ya conocidas.

Las drogas de síntesis, conocidas coloquialmente entre los consumidores como "pastis" o "pirulas", se comercializan en forma de comprimidos o pastillas, que incorporan una variada gama de logotipos o dibujos para facilitar su identificación. Estas sustancias son bautizadas con nombres atractivos, como éxtasis, con el objetivo de atraer a nuevos consumidores.

Actualmente existen varios cientos de sustancias incluidas en la categoría de drogas de síntesis, que suelen agruparse según su estructura química. En su mayor parte, como ocurre con el MDMA o éxtasis, el MDA o "píldora del amor", el MDEA o "Eva" y la metanfetamina o speed, son derivados de la anfetamina, por lo que tienen efectos psicoestimulantes. En ocasiones incorporan también componentes que causan efectos alucinógenos ligeros.



LOS ADOLESCENTES, LAS ANFETAMINAS Y LAS DROGAS DE SÍNTESIS

Entre las drogas de síntesis, el **MDMA o éxtasis** es la más conocida. Se utilizó hasta los años sesenta en tratamientos psiquiátricos, siendo abandonado su uso por los efectos secundarios que provocaba.

Otras drogas de síntesis con cierta presencia en el mercado ilícito son:

- **El GHB o éxtasis líquido** (a pesar de que no tiene nada que ver con el éxtasis y carecer de sus efectos estimulantes). Es un depresor del Sistema Nervioso Central, que se comercializa en forma líquida en pequeños frascos de cristal, que se ingiere mezclado con agua.
- **Polvo de ángel o PCP**. Se utilizó como anestésico hasta que se abandonó por los efectos que provocaba en los pacientes. Es un polvo blanco y cristalino, de sabor amargo, que se disuelve en agua o alcohol para su consumo.
- **Ketamina**. Es un anestésico utilizado en veterinaria. En el mercado ilícito se presenta en forma líquida, de cristales, pastillas o cápsulas (conocidas como "special K") que se ingieren por vía oral.

Estas formas de presentación de las drogas de síntesis provoca que el consumidor desconozca realmente la composición de las pastillas o cápsulas que ingiere, siendo muy frecuente que los logotipos de las pastillas sean manipulados y que no se correspondan con la droga supuestamente adquirida o que hayan sido adulteradas.



**NO JUEGUES A LA RULETA RUSA
CONSUMIENDO PRODUCTOS
QUÍMICOS CUYA COMPOSICIÓN
DESCONOCES:**

**CERCA DE LA MITAD DE LAS PASTILLAS DE ÉXTASIS
QUE SE VENDEN EN LA CALLE NO SON TALES.**



NO TERMINES TOCADO POR LAS "PIRULAS"

7



¿CÓMO ACTÚAN EN EL ORGANISMO?

El éxtasis y la mayor parte de las drogas de síntesis son consumidas por vía oral (habitualmente en forma de pastillas), pasando desde el aparato digestivo al torrente sanguíneo. Los primeros efectos aparecen a los 20-30 minutos del consumo, aumentando progresivamente hasta alcanzar su máxima intensidad cuando han transcurrido una o dos horas.

Como su absorción por vía oral es relativamente lenta, algunos consumidores reiteraran la toma de estas drogas al poco tiempo de haber ingerido la primera dosis, pensando que ésta no les ha hecho efecto, lo que incrementa el riesgo de intoxicación y/o sobredosis.

Desde que se produce el consumo es posible observar tres fases diferentes: una fase inicial de desorientación, una segunda de euforia excesiva y una tercera de sociabilidad. Simultáneamente, la mayoría de los consumidores de éxtasis sufren algún efecto negativo, como náuseas, incremento de la frecuencia cardiaca, aturdimiento, desorientación, aumento de la temperatura corporal, ansiedad o alucinaciones.



3. Efectos de las drogas de síntesis

Los efectos de las drogas de síntesis varían en función de las características del lugar en que se consumen (ventilación, temperatura), del propio consumidor (edad, personalidad), las dosis consumidas, el grado de pureza de las sustancias, las experiencias previas con las sustancias, el consumo simultáneo o previo de otras drogas, etc.

Las drogas de síntesis provocan una variada gama de efectos sobre los consumidores, unos buscados (estimulación, euforia, desinhibición, etc.), que tienen un carácter agradable y son los responsables de que se repita su consumo, y otros colaterales o negativos, no buscados por quienes las consumen, tanto de tipo físico (náuseas, taquicardias, etc.), como psicológico (desorientación, ansiedad, alucinaciones, delirios, etc.).



EFFECTOS NEGATIVOS, NO BUSCADOS, QUE APARECEN TRAS EL CONSUMO

ÉXTASIS (MDMA)	<ul style="list-style-type: none">• Náuseas.• Taquicardia e hipertensión ligera.• Pérdida de apetito.• Sequedad de boca, sudoración.• Reducción de la sensibilidad al dolor.• Contracción de las mandíbulas.• Temblores, movimientos involuntarios.• Dolor de cabeza (cefaleas).• Dilatación de las pupilas.• Aumento de la temperatura corporal.• Confusión, agobio y ansiedad.
ÉXTASIS LÍQUIDO O GHB	<ul style="list-style-type: none">• Somnolencia, dolor de cabeza, obnubilación, confusión, depresión respiratoria, ideas delirantes y alucinaciones.
POLVO DE ÁNGEL O PCP	<ul style="list-style-type: none">• Bloqueo de la capacidad de concentración y del pensamiento lógico, ansiedad y crisis de pánico.
KETAMINA	<ul style="list-style-type: none">• A dosis bajas dificultades de coordinación de movimientos, para hablar o pensar, etc.• A dosis altas produce delirios, psicoalucinaciones, pérdida de la noción del espacio y el tiempo y distorsión de la realidad.
METANFETANINA O SPEED	<ul style="list-style-type: none">• Hipertermia (golpe de calor), convulsiones, ideas paranoicas.



LOS ADOLESCENTES, LAS ANFETAMINAS Y LAS DROGAS DE SÍNTESIS

Si bien los efectos negativos del éxtasis y las demás drogas de síntesis suelen desaparecer a las pocas horas, aproximadamente dos de cada tres adolescentes que han consumido éxtasis en alguna ocasión sintieron diferentes efectos negativos en los días siguientes a su toma, principalmente dificultades para dormir, fatiga y cansancio, irritabilidad, agresividad, problemas con los padres o la pareja, tristeza, apatía y depresión.



UNA ILUSIÓN QUE CASI NUNCA SE CUMPLE

LA MAYORÍA DE LOS CONSUMIDORES DE ANFETAMINAS Y DROGAS DE SÍNTESIS AFIRMAN HABER SUFRIDO ALGÚN EFECTO NEGATIVO TRAS SU CONSUMO O EN LOS INSTANTES INMEDIATAMENTE SIGUIENTES.

¿DE VERDAD CREES QUE MERECE LA PENA PROBAR?



NO TERMINES TOCADO POR LAS "PIRULAS"

11



REACCIONES AGUDAS Y SOBREDOSIS

Los episodios de reacciones agudas tras el consumo o sobredosis por consumo de anfetaminas y drogas de síntesis son relativamente frecuentes.

En el caso de las anfetaminas estos episodios están acompañados del aumento de la temperatura corporal, inquietud, alucinaciones, irritabilidad o agresividad, taquicardia, náuseas, vómitos, calambres abdominales, insuficiencia respiratoria, impotencia, dificultad para orinar, convulsiones, etc. En ocasiones estos episodios acaban en muerte.

Algunos consumidores experimentan reacciones agudas graves tras el consumo de éxtasis, que no dependen tan sólo de la dosis ingerida, sino de la susceptibilidad del consumidor, la presencia de enfermedades previas o de ciertas circunstancias ambientales. Entre estas reacciones la más frecuente es el “síndrome hipertérmico”, consistente en un elevación brusca y drástica de la temperatura corporal (por encima de los 40-41°), similar al conocido como “golpe de calor”. Los casos más graves evolucionan desde la hipertermia, hasta la insuficiencia renal aguda y el fracaso orgánico con resultado de muerte.



4. Consecuencias a largo plazo derivadas del consumo habitual de anfetaminas y drogas de síntesis

EFFECTOS Y CONSECUENCIAS SOBRE LA SALUD

Estos son los efectos más frecuentes que presentan los consumidores crónicos de anfetaminas y drogas de síntesis, incluso mucho tiempo después de no consumir estas drogas:

- Trastornos del sueño (insomnio, hipersomnio).
- Anorexia y pérdida de peso.
- Disminución del deseo sexual y ausencia de orgasmos.
- Accidentes cardiovasculares (infartos, etc.).
- Ansiedad, episodios de pánico y depresión severa.
- Pérdida de memoria y dificultad de concentración.
- Trastornos psicóticos (delirios paranoides, alucinaciones visuales y perceptivas, despersonalización, pérdida de contacto con la realidad).
- Diversas complicaciones neuropsiquiátricas que están siendo investigadas.
- Fuerte dependencia psicológica.
- Un síndrome de abstinencia, cuando se suspende el consumo.





NO TE LO TOMES A BROMA, ESTO NO ES UN JUEGO

EL CONSUMO DE DROGAS DE SÍNTESIS TIENE UN IMPACTO MUY NEGATIVO EN LA SALUD FÍSICA Y MENTAL Y CAUSA NUMEROSOS PROBLEMAS QUE NADA TIENEN QUE VER CON LA FIESTA Y LA DIVERSIÓN.



PROBLEMAS ESCOLARES Y LABORALES

El consumo de anfetaminas y drogas de síntesis deteriora la capacidad intelectual, produciendo:

- Alteración del sueño (afecta la capacidad para descansar y estudiar).
- Deterioro de la capacidad de concentración.
- Bloqueo de la capacidad para pensar (deterioro del pensamiento lógico).
- Dificultades para hablar o expresarse.
- Pérdida de memoria.
- Dificultades para el manejo de maquinaria peligrosa.

Lo que influye sobre el rendimiento escolar y laboral, favoreciendo el fracaso escolar, los accidentes laborales, despidos, etc.



CONSUMIR DROGAS DE SÍNTESIS O ANFETAMINAS DURANTE LA ADOLESCENCIA PUEDE PERJUDICAR TU DESARROLLO Y MADURACIÓN, AFECTANDO DE MANERA ESPECIAL A TU CEREBRO.



**NO DEJES QUE LAS DROGAS
TE DEJEN TOCADO**



5. Algunas ideas equivocadas sobre las drogas de síntesis

El consumo de drogas de síntesis entre algunos sectores juveniles se vio favorecido por una serie de falsos mitos promovidos por personas dedicadas al tráfico de estas drogas que las presentaban como sustancias inocuas, que servían para fortalecer la sociabilidad y la sensualidad. Una imagen muy alejada de la realidad, que manipulaba y exageraba sus efectos agradables, mientras que ocultaba los graves efectos nocivos derivados de su consumo.



ENTÉRATE:

**LAS DROGAS DE SÍNTESIS NO SON INOCUAS,
NI SEGURAS, NI MODERNAS, NI ELITISTAS.**



LOS ADOLESCENTES, LAS ANFETAMINAS Y LAS DROGAS DE SÍNTESIS

Estos son algunos de los principales tópicos y mitos que aún rodean a las drogas de síntesis, como puedes comprobar todos ellos muy alejados de la realidad:

EL MITO	LA REALIDAD
“Son inocuas, inofensivas”.	<ul style="list-style-type: none">• Los propios consumidores reconocen sufrir múltiples efectos negativos después del consumo, además de importantes problemas en su salud física y mental cuando se trata de consumos crónicos.• Son frecuentes las reacciones agudas o sobredosis, algunas especialmente graves, que pueden poner en peligro la vida de los consumidores.• Cientos de jóvenes son admitidos a tratamiento en servicios especializados por problemas de adicción a las anfetaminas o las drogas de síntesis.
“Son seguras”	<ul style="list-style-type: none">• Los consumidores desconocen la composición de las pastillas que ingieren y las sustancias utilizadas para su adulteración. Es habitual que ni siquiera se trate de la sustancia que supuestamente se pretende consumir.• Los consumidores desconocen la dosis real que ingieren, estando expuestos a sufrir sobredosis.
“Mejoran la actividad sexual”	<ul style="list-style-type: none">• El consumo de drogas de síntesis dificulta el orgasmo y, en los varones, suele ir acompañado de episodios de impotencia.• El consumo crónico produce un descenso del deseo y el placer sexual.



EL MITO	LA REALIDAD
“Su uso facilita la abstinencia a otras drogas”	<ul style="list-style-type: none">• Los consumidores de drogas de síntesis toman, además, otras sustancias para contrarrestar o potenciar sus efectos. La práctica totalidad de los consumidores de drogas de síntesis son policonsumidores, lo que acrecienta los riesgos asociados al consumo de estas sustancias.
“Son las drogas de la modernidad”	<ul style="list-style-type: none">• Pese a haber sido sintetizadas en algunos casos, como ocurre con el éxtasis, hace casi un siglo.
“Son drogas de diseño”	<ul style="list-style-type: none">• La mayoría son sustancias sintetizadas para usos médicos, desechadas por sus efectos adversos, o modificaciones de moléculas ya conocidas.• El único diseño está en los colores o logotipos que las envuelven, para hacer más sugerente su uso.
“Son las drogas de la elite, de los jóvenes triunfadores”	<ul style="list-style-type: none">• El consumo de estas sustancias está generalizado entre todos los grupos sociales, siendo superior entre personas con un menor nivel educativo y de clase media y baja.



6. Razones por las que algunos adolescentes consumen anfetaminas y drogas de síntesis y consejos para no hacerlo

RAZONES PARA CONSUMIR	... Y CONSEJOS PARA NO HACERLO
Por curiosidad, para sentir nuevas sensaciones	<ul style="list-style-type: none">• Ahora ya conoces que sensaciones puedes experimentar, muchas de ellas verdaderamente desagradables.
Para bailar y divertirse	<ul style="list-style-type: none">• No necesitas de ninguna droga para bailar y pasarlo bien con tu gente. Además, consumir drogas de síntesis mientras realizas un ejercicio físico intenso y prolongado como el baile puede hacer que termines en un servicio de urgencias. ¿A que se te ocurren otras formas más sugerentes de diversión?
Para relacionarse con los demás y ligar	<ul style="list-style-type: none">• Muchos de los efectos que acompañan al consumo, como las náuseas o los vómitos, la agresividad o las ideas paranoides no darán una buena imagen de ti, ni te ayudarán a ligar o hacer amig@s.



7 • Sugerencias para mantenerte al margen de las anfetaminas y las drogas de síntesis

NO TE DEJES MANIPULAR, ENTÉRATE DE QUÉ HAY DETRÁS DE ESTAS DROGAS

No te creas sin más todo lo que se dice de estas drogas, conoce cuáles son los efectos reales y los riesgos que entraña su consumo. Si tienes alguna duda, habla con tus padres y profesores, dirígete a los servicios de información con que cuentan diferentes instituciones, consulta libros y manuales técnicos para mantenerte al día o accede a las páginas Web de instituciones de prestigio.

RECHAZA LAS PRESIONES DE TUS AMIG@S PARA CONSUMIR

Es probable que recibas en algún momento una invitación por parte de amig@s o conocid@s para probar drogas de síntesis. Cuando eso ocurra, debes mantenerte firme en tus posiciones y exigir respeto a tu decisión de no consumir.

Deja constancia de que la madurez personal se pone de manifiesto cuando un@ es capaz de decidir lo que más le conviene, sin aceptar presiones e influencias de otras personas.



MEJORA TUS HABILIDADES PARA RELACIONARTE Y COMUNICARTE CON LOS DEMÁS

Quizás hayas pensado alguna vez que consumir drogas de síntesis, o de otro tipo, podría ayudarte a superar la timidez o la inseguridad a la hora de relacionarte con otras personas, a romper el hielo, a mostrarte más sociable y desinhibid@. Pero ten la seguridad de que la imagen que proyectas cuando has tomado alguna droga casi nunca resulta positiva, ni responde a cómo te gustaría verdaderamente mostrarte a los demás.

Tod@s, cuando nos relacionamos con personas desconocidas o con las que tenemos poca confianza, experimentamos cierta inseguridad, es por tanto una reacción natural. Para superar el corte que pueda producirte el hecho de tener que iniciar una conversación con alguien desconocido, o con un potencial ligue, no necesitas tomar ninguna droga, basta simplemente con que procures ser espontáne@, mostrarte tal como eres, hablar de tus cosas (estudios, trabajo, aficiones) y expresar tus ideas y sentimientos.

APRENDE A PROGRAMAR ADECUADAMENTE TU TIEMPO LIBRE

Salir de marcha con los amig@s las noches de los fines de semana es una moda, promovida por empresarios dedicados a la distribución y venta de bebidas alcohólicas y del ocio nocturno que obtienen enormes beneficios con la misma, de la que participan muchos jóvenes.

Esta forma de ocio se ha convertido en una rutina para muchos jóvenes que, aunque no siempre se sienten a gusto con estas actividades, se suman a ellas para no sentirse excluidos, porque necesitan estar con sus amigos, divertirse, romper con la rutina del estudio o el trabajo.



El tiempo de ocio es una parte muy importante de la vida de las personas y no puedes dejar que otros lo programen y decidan por ti. Tienes a tu alcance muchas posibilidades para ocupar de manera saludable tu tiempo libre, para relacionarte con otros jóvenes, para divertirte, para compartir intereses y aficiones, esfuerzos, vivencias y emociones positivas. Para lograrlo sólo hace falta que rompas tu rutina, que te acostumbres a programar tu tiempo libre.



ESTÁ EN TU MANO SEGUIR MANTENIÉNDOTE AL MARGEN DE LAS DROGAS DE SÍNTESIS:

- **INFÓRMATE SOBRE LOS EFECTOS REALES DE ESTAS SUSTANCIAS.**
- **APRENDE A RESISTIR LAS PRESIONES Y A RECHAZAR LAS INVITACIONES DE TUS AMIG@S O CONOCID@S PARA CONSUMIR DROGAS.**
- **APRENDE A RELACIONARTE Y A COMUNICARTE CON LOS DEMÁS DE FORMA NATURAL, SIN “ADITIVOS, NI ADULTERANTES”.**
- **APRENDE A PROGRAMAR TU OCIO, A BUSCAR ACTIVIDADES GRATIFICANTES Y SALUDABLES.**



8. Pautas para reducir riesgos asociados al consumo

Si, a pesar de los efectos altamente negativos que para la salud y el bienestar de los consumidores suponen las anfetaminas y las drogas de síntesis, piensas consumir estas sustancias en el futuro, o si lo haces en la actualidad, te conviene prestar atención a los siguientes consejos que te ayudarán a reducir algunos riesgos asociados al uso de estas drogas.



NO ASUMAS NUNCA RIESGOS INNECESARIOS... UTILIZA SIEMPRE LA CABEZA



- **No tomes estas sustancias con alcohol, cánnabis u otras drogas** que incrementan su toxicidad y el riesgo de sufrir reacciones adversas.
- **Evita consumir varias pastillas en una misma sesión**, porque el riesgo de sufrir una reacción adversa y/o sobredosis aumenta notablemente.
- **No conduzcas ni viajes en vehículos a motor conducidos por personas que hayan consumido anfetaminas o drogas de síntesis**, porque existe un alto riesgo de sufrir accidentes (estas drogas alteran la percepción y la capacidad de concentración, a la vez que potencian la impulsividad, la agresividad y las conductas irresponsables o temerarias).



- **Utiliza siempre preservativos en tus relaciones sexuales.** El consumo de drogas de síntesis altera la capacidad de juicio y para evaluar riesgos, provocando que muchos consumidores mantengan contactos sexuales sin utilizar preservativos, incrementando los riesgos de transmisión de enfermedades y de que se produzcan embarazos no deseados.
- **Jamás consumas si padeces alguna enfermedad física o mental.** El consumo de anfetaminas y drogas de síntesis agrava el riesgo de que empeoren ciertas enfermedades (cardiopatías, epilepsia, hipertensión, diabetes o los trastornos psicológicos o mentales).
- **Nunca consumas si estás embarazada,** puedes provocar daños en el feto.
- Si consumes éxtasis u otras drogas de síntesis, bebe abundantes líquidos.
- Comprueba la composición de las pastillas que vayas a tomar.
- Rechaza las propuestas de venta de personas desconocidas.
- Procura descansar periódicamente en tus sesiones de baile y salir a ventilarte.
- No permanezcas mucho tiempo en locales con temperatura elevada o sin ventilación.
- Siempre que consumas, coméntaselo a un amig@ que esté atent@ a las posibles reacciones adversas que puedan surgir tras el consumo.

Si después de consumir no te encuentras bien, solicita ayuda a algún conocido o empleado del local donde te encuentres, evitando salir sol@ a la calle. Si ves a alguna persona en esta situación procura hablar con ella, sin alterarla demasiado, y acompañarla a un espacio tranquilo y fresco hasta que se encuentre mejor. Si los síntomas persisten o si la persona estuviera inconsciente debe avisarse inmediatamente a los servicios de urgencia.



Una reacción adversa que acompaña con cierta frecuencia al consumo de drogas de síntesis es el llamado “golpe de calor”, que se produce por la exposición prolongada a las altas temperaturas de muchos locales de ocio y el excesivo ejercicio físico, lo que causa la alteración del mecanismo que regula la temperatura corporal y que puede provocar el coma e incluso la muerte del consumidor. En estos casos deberá trasladarse a la persona afectada a un lugar fresco, bajar su temperatura corporal aplicando paños húmedos en el cuerpo, administrarle agua sólo mientras permanezca consciente y solicitar la intervención de los servicios sanitarios de urgencia.



SI OBSERVAS ALGUNO DE ESTOS SÍNTOMAS, PIDE AYUDA INMEDIATAMENTE, PODRÍA TRATARSE DE UN “GOLPE DE CALOR”

- AUMENTO DE LA TEMPERATURA CORPORAL
- ALTERACIONES DE LA CONCIENCIA
- RESPIRACIÓN RÁPIDA
- PULSO RÁPIDO Y DÉBIL
- AGITACIÓN O CONVULSIONES



9. ¿Dónde puedes obtener información y ayuda?



**NO ESPERES A QUE SEA
DEMASIADO TARDE:**

**SI TIENES ALGÚN PROBLEMA
CON LAS ANFETAMINAS O LAS
DROGAS DE SÍNTESIS SOLICITA
ORIENTACIÓN Y AYUDA PARA SUPERARLO.**

Consulta con el Departamento de Orientación de tu centro educativo.

Puedes conseguir más información en la página Web del Comisionado Regional para la Droga: www.jcyl.es (selecciona Familia y Servicios Sociales y a continuación Drogodependencias) o si lo prefieres, contactando con los técnicos de los planes municipales y provinciales sobre drogas.



AVILA

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE ÁVILA	920 255 737
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE ÁVILA	920 257 474

BURGOS

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE BURGOS	947 288 823
PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE ARANDA DE DUERO	947 512 648
PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE MIRANDA DE EBRO	947 349 118
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE BURGOS	947 258 623

LEÓN

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE LEÓN	987 276 952
PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE PONFERRADA	987 428 462
PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE SAN ANDRÉS DEL RABANEDO	987 848 730
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE LEÓN	987 085 010

PALENCIA

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE PALENCIA	979 718 177
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE PALENCIA	979 165 990

SALAMANCA

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE SALAMANCA	923 279 163
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE SALAMANCA	923 272 444

SEGOVIA

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE SEGOVIA	921 460 543
--	-------------

SORIA

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE SORIA	975 234 100
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE SORIA	975 101 064

VALLADOLID

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE VALLADOLID	983 426 105
PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE MEDINA DEL CAMPO	983 812 880
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE VALLADOLID	983 427 100

ZAMORA

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE ZAMORA	980 536 678
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE ZAMORA	980 680 228



LOS ADOLESCENTES LAS ANFETAMINAS Y LAS DROGAS DE **SÍNTESIS**



NO TERMINES TOCADO POR LAS "PIRULAS"



PROGRAMA
COOPERACIÓN TRANSFRONTERIZA
ESPAÑA - PORTUGAL
COOPERAÇÃO TRANSFRONTEIRIÇA
2007 - 2013

Unión Europea
FEDER
Iniciativa en su futuro



Junta de
Castilla y León